

学生考案ダンスで健康に

八学大 高齢者と異世代交流

八戸



学生を手本に、音楽に合わせて踊る参加者

八戸学院大（水野眞佐夫学長）が、同大で学生と高齢者のスポーツを通じた交流を開いている。2日は、同大短期大学部主催のウォーキング教室に通う高齢者

10人が、人間健康学科の学生が考案したダンスに挑戦。異世代交流を通じて健康づくりに取り組んだ。青森県の「みんなが主役！スポーツで健康づくり事業」の一環。高齢者に対して継続的にスポーツや運動

の機会を提供し、健康づくりを行うことが目的で、賛同した同大が協力した。交流会は全3回で、それぞれ学生が考案した運動プログラムを高齢者と共に実践している。2回目となる今日は、学生3人が考案したダンスを、昭和の大ヒット曲「学園天国」に合わせて踊った。

参加者は、当初は慣れない動きに戸惑っていたが、学生が一つ一つの動作を丁寧に指導し、約1時間後にはテンポに合わせて笑顔でダンス。終了後は「難しかったけど楽しかった」と、すがすがしい表情だった。

指導した田口皓基さん（19）は「『またやりたい』と声を掛けてもらい、うれしかった。教師を目指しているので良い勉強になった」と充実感をにじませていた。

（金濱千優希）